

# Klassische Massage

## BEAUTY / WELLNESS



Die klassische Massage ist die bekannteste und am weitesten verbreitete Massageform. Sie besteht aus vier Techniken, die nacheinander durchgeführt werden:

- Effleurage: Sanftes Streichen zur Kontaktaufnahme mit d. Klienten/in und zum Erspüren der Verspannungen und Verhärtungen.
- Petrissage: Kneten, bei dem die

Muskeln gegeneinander verschoben und dabei gedehnt werden, zur Anregung der Durchblutung und zur Lösung von Verspannungen.

- Friktion (Reibung): mit dem Daumen oder den Fingerkuppen werden tiefe, kreisende Bewegungen ausgeführt, um Myogelosen (harte Knoten im Muskelgewebe) zu lösen.
- Tapotement: Durch Klopfen und leichtes Schlagen mit der lockeren Hand wird das Nervensystem angeregt und eine tiefe Durchblutung der Muskulatur bewirkt.

Die klassische Massage dient in erster Linie der Vorbeugung und Behandlung von Verspannungen und Verhärtungen in der Muskulatur, zur besseren Durchblutung der Haut sowie zur Entspannung und gleichzeitigen Vitalisierung des ganzen Menschen.

Sie ist geeignet für Therapeuten/innen und Wellnesspraktiker/innen.

**Dozent/in Hannes Wenzel:** Hannes Wenzel, geboren 1988, ist ein erfahrener und zertifizierter Masseur- medizinischer Bademeister. Er verfügt über ein breites Spektrum an Qualifikationen, darunter die Wirbel- und Gelenktherapie nach Dorn, Hot Stone Massagen, Fußreflexzonenmassagen sowie klassische Massagen. Seit 2024 ist Hannes Wenzel erfolgreich als selbstständiger Therapeut tätig und führt seine eigene Massagepraxis. Durch seine fundierte Ausbildung und vielfältigen Weiterbildungen bietet er seinen Kundinnen und Kunden individuelle und ganzheitliche Behandlungskonzepte zur Förderung des Wohlbefindens und der Gesundheit.

Termine:

**Mi. 11.06.2025**

**Do. 12.06.2025**

**Di. 17.06.2025**

**Mi. 18.06.2025**

**Do. 19.06.2025**

**Di. 24.06.2025**

**Mi. 25.06.2025**

jew. 16:00-21:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

Preis:

**1150,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Doberaner Str. 114  
18057 Rostock  
Tel. 0381 - 490 91 86**

Seminarnummer:

**SSH02110625V1**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

